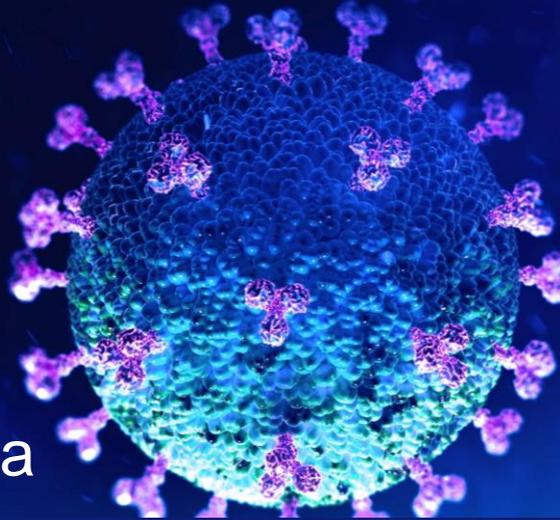


(COVID-19)

Hoja informativa



¿Qué es la enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19)?

El COVID-19 es un nuevo coronavirus que anteriormente no se había identificado en humanos. Los coronavirus son una categoría de virus que normalmente se encuentran en los animales, pero algunos pueden evolucionar e infectar a los humanos. Los coronavirus pueden infectar la nariz, los senos nasales o la parte superior de la garganta. Este coronavirus específico se identificó como la causa de un brote de enfermedades respiratorias en Wuhan, China, en diciembre de 2019, y la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo denominó oficialmente como COVID-19 el 11 de febrero de 2020.

¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Los coronavirus pueden causar síntomas como un resfriado. Las complicaciones y los resultados del COVID-19 todavía se están investigando. Algunos síntomas del COVID-19 pueden incluir los siguientes:

- Secreciones nasales
- Dolor de garganta
- Dolor de cabeza
- Fiebre
- Tos
- Sensación general de malestar

¿Quién está en riesgo debido al COVID-19?

El riesgo del COVID-19 para el público estadounidense general puede cambiarse a medida que se desarrolla la situación. El riesgo se basa en la exposición y en una gama de factores que pueden variar, que incluyen la comunidad en la que vive, los lugares que ha visitado, las interacciones que ha mantenido y su línea de trabajo.

Se recomienda que las personas que cumplan con los siguientes criterios se comuniquen con su proveedor de atención médica para que los evalúen para detectar el COVID-19:

- Si ha viajado a un área afectada por el COVID-19 en los últimos 14 días **O** ha mantenido contacto cercano con una persona que se ha confirmado que tiene COVID-19.

Y

- Ha desarrollado fiebre y síntomas de una enfermedad respiratoria, como tos o dificultad para respirar.

¿Cómo se propaga el coronavirus?

Los coronavirus humanos, como el COVID-19, se propagan más comúnmente desde una persona infectada hacia otras mediante:

- contacto cercano (dentro de 6 pies/2 metros);
- gotículas respiratorias de una persona que tose o estornude;
- contacto personal cercano, como tocarse o darse la mano y
- tocar un objeto o superficie que contiene el virus y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos antes de lavarse las manos.

¿Qué debo hacer si creo que he estado expuesto al COVID-19?

Si ha tenido un contacto cercano (dentro de 6 pies/2 metros) con alguien que se ha confirmado que padece, o que se está evaluando por una infección por COVID-19, debe hacer lo siguiente:

- Vigile su salud desde el día en que tuvo el primer contacto con la persona y continuar durante 14 días después del último contacto con la persona.
- Esté atento en caso de que se presenten los siguientes signos y síntomas:
 - fiebre de 100.4 °F/38 °C o más: tómese la temperatura dos veces al día;
 - disnea o dificultad para respirar;
 - tos;
 - otros síntomas iniciales que debe mantener en cuenta son escalofríos, dolor corporal, dolor de garganta, dolor de cabeza, diarrea, náuseas/vómitos y secreciones nasales.
- Si presenta fiebre o cualquiera de estos síntomas, debe comunicarse con su proveedor de atención médica de inmediato e informarle sobre su viaje o exposición reciente, y sus síntomas.



¿Cómo se trata el COVID-19?

No existe un tratamiento específico para el COVID-19; sin embargo, mucho de los síntomas se pueden aliviar. Las recomendaciones para las personas infectadas con el COVID-19 dependerán de la afección individual. Actualmente, no existe una vacuna disponible para protegerse contra el COVID-19.

¿Cómo puedo protegerme?

Las medidas que puede prevenir la propagación de infecciones respiratorias comunes, como la gripe, también son efectivas para prevenir la propagación del COVID-19. Estas medidas incluyen las siguientes:

- lavarse las manos con agua y jabón durante, al menos, 20 segundos; si no tiene agua y jabón, debe usar un desinfectante para manos que contenga al menos 60% de alcohol;
- evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca antes de lavarse las manos;
- evitar el contacto cercano con personas enfermas;
- permanecer en su casa cuando esté enfermo;
- cubrirse al toser y estornudar con un pañuelo, si es posible, y luego arrojar el pañuelo a la basura y limpiar y desinfectar los objetos y superficies que toca frecuentemente.

¿Debo usar una mascarilla facial?

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) no recomiendan el uso de mascarillas faciales para el público en general a fin de prevenir la propagación del COVID-19.



¿Cómo puedo prepararme y a mi familia en caso de que el COVID-19 comience a propagarse en nuestra comunidad?

Prepare su hogar. Algunas medidas son las mismas que tomaría para prepararse ante otras emergencias:

- almacene un suministro de alimentos y bebidas para dos semanas, e incluya alimentos para las mascotas de la familia;
- asegúrese de tener un suministro de medicamentos recetados y rutinarios a mano;
- planifique formas de cuidar a aquellos que presentan un riesgo mayor de tener complicaciones graves e identifique quién cuidará a los miembros de la familia que se enfermen;
- si algún miembro de la familia presenta un riesgo mayor de enfermarse gravemente, consulte con sus proveedores médicos sobre los síntomas y tratamientos;
- cree una lista de contactos de emergencia de familiares y amigos, maestros y empleadores;
- implemente un plan en caso de que su escuela, institución de cuidado de niños o lugar de empleo se cierre temporalmente;
- hable con sus hijos, familiares y amigos sobre qué hacer si ocurre un brote y sobre qué necesitará cada persona.



Si tiene preguntas o inquietudes relacionadas con la salud, comuníquese con su proveedor de atención médica. Si tiene preguntas generales sobre el COVID-19 o necesita información sobre los recursos de la comunidad, llame al 211.

Manténgase informado sobre el COVID-19

Unidad de Epidemiología del Condado de San Diego - Enfermedad del Coronavirus 2019 (COVID-19)

www.coronavirus-sd.com

Departamento de Salud Pública de California, División de Vacunación - COVID-19

www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCoV2019_Spanish.aspx

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades - COVID-19

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index-sp.html

Organización Mundial de la Salud - Brote de Enfermedad por Coronavirus (COVID-19)

www.who.int/westernpacific/emergencies/covid-19 (en inglés)